

GÜLTIG IM
MÄRZ
2024

ANGEBOTE, INFOS, REZEPTE. Aus deinem Bioladen.

FRÜHLINGS- GEFÜHLE

Ganzheitlich und nachhaltig handeln. 100% Bio.



GROSSE AUSWAHL IM BROTRÉGAL

Brote aus echten Bio-Getreideklassikern wie Dinkel, Emmer oder Kamut.

BROT DES MONATS
GENUSS TIPP



FÜR DICH



für jeden Tag

Brunch
oder
Kaffeetafel



Geflochtene Hefe-Teilchen

Zutaten für 4–6 Zöpfe:

- 20 g frische Hefe
- 250 ml warme bioladen*Milch
- 0,5 TL bioladen*Rohrohrzucker
- 60 g zerlassene bioladen*Butter
- 1 bioladen*Ei
- 500 g bioladen*Mehl Type 1050
- 0,5 TL Meersalz
- 1 bioladen*Eigelb
- 3 EL bioladen*Milch

Zubereitung:

Die Hefe und den Zucker in etwas Milch auflösen. Butter in der restlichen warmen Milch zergehen lassen und das Ei unterrühren. Mehl mit Salz mischen und mit der Milchmischung vermengen. Zum Schluss die Hefe-Milch-Mischung dazugeben. Das Ganze kurz und kräftig zu einem homogenen Teig kneten, warm stellen und 30 Min. gehen lassen. Noch einmal kneten und anschließend zu kleinen Rollen formen. Zwei Rollen zu einem Zopf drehen und auf ein Backblech legen. Eigelb mit 3 EL Milch mischen und die Zöpfe damit bestreichen. Zugedeckt weitere 30 Min. gehen lassen. Im vorgeheizten Backofen bei 180° C 15–20 Min. goldbraun backen.



TOP-PREIS
6⁷⁹
€/500g
13,58/1kg



TOP-PREIS
1³⁹
€/1kg

Chicorée

von unserem bioladen*Partner
Stephans Biohof

In der ländlichen Region des Emslandes liegt im Ort Geeste der Familienbetrieb von unserem bioladen*Partner Stephans Biohof. Der Hof, der seit 1959 existiert, wird bereits in dritter Generation bewirtschaftet. Über die Jahre hat sich die landwirtschaftliche Struktur stetig weiterentwickelt. Im Jahr 2015 haben Stephan und seine Frau Kerstin begonnen den Familienbetrieb aktiv mitzugestalten. Sie haben sich für den Anbau von Chicorée entschieden und für sich als zukunftsfähigen Weg erkannt. Der Betriebswirt und die Agraringenieurin achten auf einen ressourcenschonenden Anbau. So haben sie sich beispielsweise für ein intelligentes, computergesteuertes Belüftungssystem, das sich nach Bedarf einschaltet, entschieden.

Kohlrabi

von unserem bioladen*Partner
Cavalier Mellone

Im Süden Italiens, in der für ihre Landwirtschaft bekannten Region Kampanien, bewirtschaftet die Familie Mellone ihren Familienbetrieb. Ihr Hauptaugenmerk liegt auf dem Anbau von Kohlrabi und Blattsalaten. Dieser erfolgt bereits seit 2007 nach biologischen Richtlinien. Seit 2015 sind die Produkte Naturland-zertifiziert und ab der Saison 2020/2021 werden viele Produkte auch in Demeter-Qualität angeboten. Grund dafür ist die Überzeugung der Familie Mellone, dass biologischer Anbau für sie Respekt vor dem Land und einem hochwertigen Produkt bedeutet. Ihnen ist es wichtig unter voller Einhaltung der ökologischen, ökonomischen und sozialen Aspekte zu arbeiten.

Stephans Biohof
DEUTSCHE LANDWIRTSCHAFT
bioladen*

Familie Mellone
ITALIENISCHE LANDWIRTSCHAFT
bioladen*

BEACHTET UNSERE
WOCHE
AKTION

Mehr zum Erzeuger:

CO₂ kompensiert

Mehr zum Erzeuger:

FASTEN-MOCKTAIL

VIRGIN MARY DEIN FASTEN-GENUSS



Rezept

Zutaten für 4 Portion:

- 700 ml bioladen*Gemüsesaft
- Salz, Pfeffer
- Hot-Pepper-Sauce nach Belieben
- 1 TL Zitronensaft
- 8 Eiswürfel
- Gemüse für die Deko
- Optional: 1 TL Schwarzkümmelöl

Zubereitung:

Gemüsesaft, Salz, Pfeffer, Hot-Pepper-Sauce, Zitronensaft und die Eiswürfel in einen Shaker oder ein anderes hohes Gefäß geben und gut durchschütteln bzw. durchrühren, bis der Mocktail kalt ist. In Gläser füllen. Mit dem gewaschenen und geputzten Gemüse dekorieren und nach Belieben mit ein paar Tropfen Schwarzkümmelöl und frisch gemahlenem schwarzen Pfeffer verfeinern.

EIN PAAR
TROPFEN
ZUM
VERFEINERN!

2²⁹
€/0,7l
3,27/1l

13⁹⁹
€/250 ml
55,96/1l

-0,15€ Mehrwegpfand

IST MIR WICHTIG:

MIT SICHERHEIT: BIO!

„BEI UNS FINDET IHR NUR BIO-LEBENSMITTEL –
NATÜRLICH ALLE GEPRÜFT VON STAATLICH ANERKANNTEN
ÖKO-KONTROLLSTELLEN.“

BEI UNS BEKOMMT DU,
WAS DIR WICHTIG IST!



FEINE KÄSE IM MÄRZ

Geschmack mit Format.



Plattlandskaas
Biomilk, Belgien.
Buttrig-milder Schnittkäse mit mind. 50% Fett i. Tr.

2 59
€/100g

Ein aromatisches Stück Handwerkskunst.



Rotes Gold
bioladen*, Deutschland.
In einem Eichenrinde-Dinkelkorn-Sud gereifter Rotkultur-Schnittkäse. Mind. 50% Fett i. Tr.

1 99
€/100g

Genuss mit langer Tradition.



Le Gruyère
Lustenberger + Dürst, Schweiz.
10 Monate gereifter, würzig-vollmundiger Rohmilch-Hartkäse. Mind. 49% Fett i. Tr.

3 89
€/100g

Zart und blumig.



Dorfkäse mit Ringelblumen
Hofkäserei Belrieth, Deutschland.
Cremiger Weichkäse mit dem unvergleichlichen Geschmack der Calendula. Mind. 50% Fett i. Tr.

2 39
€/100g

Scharf und feurig.



Allgäuer Chilikäse
Schaukäserei Wiggensbach, Deutschland.
Schnittkäse mit angenehmer Schärfe. Mind. 50% Fett i. Tr.

1 99
€/100g

Im Bergstollen ausgereift.



Tiroler Felsenkaiser
Bio vom Berg, Österreich.
10 Monate gereifter, charaktervoller Rohmilch-Hartkäse mit kristalliner Struktur. Mind. 45% Fett i. Tr.

2 39
€/100g

WEIN-EMPFEHLUNGEN IM MÄRZ

Perfekt zum **ALLGÄUER CHILI-KÄSE**

bioladen*
4 49
€/0,75l
5,99/1l



bioladen*12°, rosé
Fruchtig, frisch, süffig.

Moderner, frischer Wein mit weichem Schmelz durch feine Mineralität. Jung zu trinken, passt gut zu Gegrilltem. Trocken. bioladen*, Spanien.

Tempranillo trocken
Spanien
vegan
12°C

Gutedel, weiß

Feinfruchtig mit wenig Säure. Leichter und fruchtiger Weißwein, zart und lebendig. Schön zu Salaten, Staudensellerie mit Crevetten. Oder im Frühjahr zu selbstgemachtem Bärlauchquark.

Trocken, Weingut Thomas Harteneck, Deutschland.

Gutedel trocken
Deutschland
vegan
8-10°C

Chianti, rot

Süffig und weich mit mittelkräftigem Körper.

Passt gut zu mariniertem Meeresfrüchtesalat mit Baguette und frischem Olivenöl. Feinfruchtig, ausdrucksstark, mineralisch. Trocken. Fattoria di Romignano, Italien.

Sangiovese, Canaiolo und Malvasia trocken
Italien
vegan
16-18°C

Appléritif Apfel Salz-Pomeranze

Spritzige Bitternote trifft feine Säure und elegante Zitrusnoten.

Vollmundig, prickelndes Geschmackserlebnis aus Äpfeln, ganz ohne Alkohol. Zu besonderen Anlässen, als Cocktail oder zum Einstieg in ein Menü.

Fruchtwein. Clostermann Organics, Deutschland.

Apfel alkoholfrei
Deutschland
vegan
6-8°C

Mangostücke

bioladen*
Getrocknete Mangostücke aus der Sorte Amélie.



2 69
€/100g
26,90/1kg

Pflaumen

bioladen*
Aus dem Süden Frankreichs. Getrocknet & entsteint.



5 99
€/250g
23,96/1kg

Studentenfutter

bioladen*
Besondere Mischung: 70% Nuss und 30% Cranberry.



4 49
€/200g
22,45/1kg

Tomatensauce Classico

bioladen*
Mit feinen Kräutern. Nach original italienischem Rezept.



2 49
€/340g
7,32/1kg

Fusilli

bioladen*
Original italienisch.



1 15
€/500g
2,30/1kg

Brotanstrich
Sonnentomate oder
Cheesana Jalapeño
Sanchon



2 99
€/170g/190g
17,59/15,74/1kg

Fruchtaufstrich Erdbeere oder Rote Johannisbeere

Die Beerenbauern
Der Sommer im Glas mit 70% Frucht. Mit kleinen Fruchtstücken.



3 29
€/200g
16,45/1kg

Espresso Biscotti

Vivani
Vollmilchriegel mit einer köstlichen Espresso-Crème-Füllung und knusprigen Waffelstückchen.



1 09
€/40g
27,25/1kg

Cookie Zartbitter Schokolade

Bohlsener Mühle
Intensiv-schokoladiger Geschmack.



2 49
€/175g
14,23/1kg

Schoko-Pudding

Andechser Natur
Herrlich cremiger Schokogenuss im 500-g-Mehrwegglas.



2 59
€/500g
5,18/1kg

Asiatische Snack-Röllchen

Soto
Verschiedene Sorten. Knuspriger Teig mit leckerer Füllung.



2 99
€/200g
14,95/1kg

Sahne Herings-Filets

bio-verde
Klassische Rezeptur. Heringe von der deutschen Nordseeküste.



5 99
€/350g
17,11/1kg

Crème fraîche

bioladen*
Angenehm frisch im Geschmack. Mit 30% Fett.



1 09
€/150g
7,27/1kg

Kräuterfrischkäse

bioladen*
Cremig-frisch mit vielfältigen Kräutern.



1 69
€/175g
9,66/1kg

Putenbrust

bioladen*
Gegart & geräuchert.



3 59
€/80g
44,88/1kg

GROSSE AUSWAHL

IM BROTRREGAL

Brote aus echten Bio-Getreideklassikern wie Dinkel, Emmer oder Kamut.

Achtet im Regal auf das **BROT DES MONATS** GENUSS TIPP



Solange der Vorrat reicht. Bei allen teilnehmenden Fachhandelsgeschäften. Einzelne Artikel nicht in allen Läden erhältlich. Abgabe von Bier und Wein nur an Personen über 16 Jahren. Keine Haftung für Druckfehler. Bei den angegebenen Preisen handelt es sich um unverbindliche Preisempfehlungen. Alle Preise in Euro inkl MwSt. Produziert auf 100% Recycling-Material (Blauer Engel). 0324 PARIPARI.com